

Thông Điện từ Tòa Bạch Ốc



Office of National  
Drug Control Policy

# GIÁO DỤC VỀ MA TÚY

Những Điều Cha Mẹ Cần Biết Về Cần Sa

MH02D4976

RC-Knowledge Center  
5515 Security Lane, Suite 101  
Rockville, MD 20852  
1-800-444-6472

**Kính gửi quý vị phụ huynh và giám hộ:**

Thay mặt cho Văn Phòng Chính Sách Kiểm Soát Ma Túy Toà Bạch Ốc và Chương Trình Vận Động Truyền Thông Chống Ma Túy Tuổi Trẻ Toàn Quốc, chúng tôi rất hài lòng cung cấp cho quý vị cuốn cẩm nang này, mang tên là Những Điều Cha Mẹ Cần Biết Về Cần Sa.

Giáo dục về Ma Túy là một phần cần thiết công việc làm cha làm mẹ ở trong tất cả gia đình tại Mỹ. Những bản báo cáo cho thấy rằng trong số các trẻ được nghe dạy bảo về những nguy cơ cần sa, chỉ có phân nửa kể là có cơ sử dụng cần sa. Nhưng, chỉ có 29 phần trăm thiếu niên cho hay rằng chúng được biết về sự nguy hại cần sa nhờ trong gia đình. Một trong những chương ngại mạnh mẽ nhất ngăn các con trẻ không dùng ma túy chính là quý vị. Ý thức được rằng con quý vị đang có nguy cơ sử dụng ma túy là điều rất quan trọng. Hãy tự học hỏi về những tác dụng và dấu hiệu của việc sử dụng cần sa. Những kiến thức này sẽ giúp quý vị khi nói chuyện với con em mình về ma túy.

Nếu quý vị có những thắc mắc hoặc cần biết thêm chi tiết, xin liên lạc với một trong những nguồn tài liệu ghi trong cẩm nang này hoặc đi vào trang vi tính điện toán bằng ngôn ngữ của quý vị, [www.theantidrug.com](http://www.theantidrug.com).

Cảm ơn quý vị.



Barry R. McCaffrey

Giám Đốc

Văn Phòng Chính Sách Kiểm Soát Ma Túy Toàn Quốc

## Giáo Dục về Ma Túy là Giáo Dục Gia Đình

Con em của quý vị đang gặp nguy hiểm.

Cần sa là chất thuốc bất hợp pháp sử dụng nhiều nhất trong lớp từ 12 tuổi cho đến 17. Và không cần biết con em quý vị là đứa học sinh được lãnh “toàn A” hay là quý vị sinh sống tại một khu nhà sang trọng. Con em quý vị sẽ phải đương đầu với các ma túy ở trên đường phố, ở tại trường học và luôn ngay cả tại nhà.

Đừng nên nghĩ rằng học đường đã đủ dạy dỗ về các ma túy. Hãy có thì giờ trò chuyện với lại con em về những áp lực khiến chúng sử dụng ma túy để mà giúp chúng sắp soạn biết cách trả lời từ chối, hỗn nhiên và thẳng thắn. Con em của người di cư có thể còn bị nguy cơ nhiều hơn vì tại mong muốn hòa nhập vào nền văn hóa của Mỹ.



### Giáo dục chống lại ma túy là phần chức năng cha mẹ.

Thật là một sự lầm lẫn, nếu tưởng rằng giáo dục ma túy dành riêng cho những cha mẹ đang có con em đạp vào vấn đề. Giáo dục về ma túy là bổn phận của mọi bậc làm cha mẹ.

### Hãy tự giáo dục mình.

Cha mẹ cần phải tự giáo hóa và biết về ma túy để rồi có thể giúp đỡ con cái thông hiểu nguy hiểm khi dùng ma túy. Những trang kế tiếp liệt kê dữ kiện cùng với những câu trả lời về chất cần sa. Hãy cố học biết những điều trong tài liệu này để rồi có thể giáo huấn con em của mình.

## Cần sa là gì? Có nhiều loại khác nhau không?



Cần sa là loại ma túy bất hợp pháp thông dụng nhất tại xứ này.



Cần sa là thuốc chế từ những lá và đỉnh hoa của loại cây Cannabis Sativa. Cây Cannabis chứa những hoá chất đặc biệt được gọi là cannabinoids. Một trong những hoá chất này là chất THC, gây ra nhiều tác dụng tâm lý phát ra từ cannabis.

Cannabis là ngôn từ ám chỉ cần sa và các loại ma túy khác được bào chế ra từ cùng một loại thảo mộc. Loại cannabis mạnh nhất gồm có sinsemilla (xin-xê-mi-a), hashish (gọi tắt là "hash"), và dầu hash. Tất cả các loại thể cannabis đều là loại ma túy có tác dụng làm cho tâm thần bị đảo lộn.

## Cần sa nguy hiểm như thế nào?

Một bản báo cáo mới đây của Trung Tâm Quốc gia Nghiện Ngập và Lạm Dụng Loại Chất (National Center on Addiction and Substance Abuse - CASA) cho biết rằng trong số 182,000 thiếu niên và trẻ con nhập viện điều trị vào năm 1996, gần tới một nửa - 48% - đi vào chỉ vì lạm dụng hay nghiện cần sa. Số này gần bằng tổng số thiếu niên và trẻ con được nhập viện để chữa trị việc lạm dụng và ghiền tất cả các loại ma túy khác hợp lại. Hơn phân nửa thiếu niên chữa trị bệnh ghiền cần sa trong lứa từ 15 đến 17 tuổi.

Cần sa nguy hiểm theo nhiều lối, vừa do tác dụng cấp thời vừa có nguy hại về mặt sức khoẻ lâu dài. Cần sa ảnh hưởng đến những tế bào óc. Nó tác dụng tài điều khiển di động bằng cách làm chậm thời gian phản ứng của trung tâm hệ thống não bộ. Dùng cần sa có thể đưa đến kết quả:

- Có trí nhớ kém đối với những sự việc vừa mới xảy ra;
- Không làm được nổi công việc phức tạp;
- Ảnh hưởng đến các giác quan và thời gian phản ứng - thường khiến xảy ra tai nạn;
- Có những hành vi tình dục liều mạng;
- Khó lòng tập trung tư tưởng - dùng những cách thức học hành bất lợi.



Ngày nay, tỉ lượng chất THC trong thuốc cần sa vượt hẳn ngày xưa hơn nhiều. Thành ra cần sa mạnh hơn, từ đó có thể gia tăng nguy cơ cảm thấy âu lo, mất trí nhớ và đầu óc hỗn loạn. Tỉ lệ THC cao hơn cũng còn có thể gia tăng nguy cơ gây tai nạn xe cộ.

## Những tiếng lóng hiện sử dụng cho cần sa là gì?

Có rất nhiều danh từ ám chỉ cần sa.

Sau đây là những tiếng lóng thường dùng để chỉ cần sa:

<b>Pot (Pót)</b>	<b>Aunt Mary (En-t-Me-ry)</b>	<b>Reefer (Ríp-phơ)</b>
<b>Blunt (Bờ-lân)</b>	<b>Weed (Uýt)</b>	<b>Ganja (Gan-da)</b>
<b>Herb (Ố-bờ)</b>	<b>Boom (Bum)</b>	<b>Bud (Bất)</b>
<b>Gangster (Găng-x-tơ)</b>	<b>Mary Jane (Me-ri-Dên)</b>	<b>Kif (Kíp-phờ)</b>
<b>Grass (Gờ-rát-xờ)</b>	<b>Skunk (Sờ-câng)</b>	<b>Dope (Đốp)</b>



Lại cũng có những tên không chính thức dùng ngoài đường phố dành cho những loại hoặc “hiệu” cần sa khác nhau:

Texas Tea (Texas Ti) Maui Wowie (Mau-i Vau-i) Chronic (Cờ-ron-níc)

## Cần sa được sử dụng như thế nào?

Đa số người dùng cuộn cần sa rồi thành một điếu thuốc (được gọi là "joint" hoặc "nail") hoặc lấy hút bằng ống điếu. Một loại ống điếu người ta biết nhiều là loại ống hút có nước, còn gọi là "bong."

Vài người trộn lẫn cần sa vào đồ ăn hoặc dùng nó để pha nước như trà.

Một phương thức khác là mở một điếu xì gà banh ra và lấy cần sa để thay thuốc lá bên trong, làm thành điếu thuốc có tên là "blunt."



Ống điếu và các loại đồ lọc.



Các cần sa loại "bong".



Cần sa cuộn sẵn, các hiệu giấy cuộn khác nhau và máy cuộn.

## Làm thế nào để biết con tôi có dùng cần sa hay không?



Có nhiều dấu hiệu quý vị có thể nhìn thấy:

- Chóng mặt
- Hành vi điên rồ hay cười khúc khích
- Mắt đỏ ngầu
- Quên những sự việc vừa mới xảy ra
- Đói bụng vặt hoặc đòi ăn vặt

Khi bắt lần lần tác dụng tiên khởi, sau một vài giờ, người dùng cần sa sẽ rất buồn ngủ hay là đói bụng.

Cha mẹ nên cần chú ý ghi nhận dấu hiệu có thuốc hay có dụng cụ liên hệ, như là:

- Điều ống và thuốc điều hoặc giấy để quấn thuốc điều
- Mùi khét dính trong quần áo và trong phòng ngủ
- Con trẻ tự nhiên dùng nhang hoặc những loại thuốc tẩy không khi
- Dùng thuốc nhỏ mắt để bớt đỏ ngầu
- Quần áo, bích chương và đồ trang sức v.v... có hình ảnh của cần sa, ma túy hoặc có lời lẽ cổ động ma túy



## Làm thế nào để biết con trẻ của tôi dùng cần sa? (tiếp theo)



Cha mẹ cũng nên coi chừng đến việc con mình thay đổi hành vi.

Cha mẹ cần quan tâm đến nếu thấy trẻ con

- Xa lánh mọi người
- Bị xuống tinh thần
- Mệt mỏi
- Tự nhiên bớt lo chải chuốt
- Hay gây gỗ
- Mất dần những liên hệ với gia đình và bạn bè
- Học hành sút giảm
- Bỏ học
- Không còn ham mê thể thao hay sở thích riêng tư
- Thay đổi các thói ăn uống hay là ngủ nghỉ

Xin nhớ rằng các dấu hiệu bên trên có thể chỉ tỏ về những vấn đề khác hơn và không ăn thua gì các thuốc ma túy.

## Làm sao tôi có thể ngừa không cho con em của tôi liên lụy vào ma túy?



Thiết lập những ngã đối thoại hữu hiệu và giữ cho các con em tham gia vào những sinh hoạt tích cực là cách chính yếu nhằm giúp chúng nó thành công và tránh sử dụng các chất ma túy và rơi vào các phiền toái đồng loại. Những bản nghiên cứu cho thấy: con trẻ tham dự vào những hoạt động bên ngoài học đường có tính xây dựng, dưới sự trông coi người lớn, sẽ ít nguy cơ sử dụng ma túy. Dẫn dắt cho con cái tham gia vào những hoạt động tích cực của nhà trường, nhà thờ hay của gia đình và của cộng đồng phải là một phần chương trình giáo dục phòng ngừa ma túy. Dưới đây là một vài điểm nên ghi.

- Khi nào chuyện vãng với lại con cái, nên lái câu chuyện về các ma túy và tại sao chúng nguy hiểm.
- Mở đầu câu chuyện, hỏi con em mình xem chúng đã học biết gì ở trường về các ma túy. Và chúng nghĩ gì về các ma túy?
- Cố gắng nuôi cuộc đối thoại với lại con em về chuyện ma túy.
- Học hỏi ngô hầu trả lời những câu hỏi búa như là sử dụng cần sa sao lại không hay?
- Chịu khó lắng nghe. Và đặt vấn đề một cách cởi mở, trung thực và ân cần.

## Những tài liệu tham khảo

Một số tổ chức sau đây có thể giúp đỡ và cung cấp thêm tài liệu Việt Ngữ:

Asian American Recovery Services  
965 Mission Street, #325  
San Francisco, CA 94103  
Tel: (415) 541-9285

Asian Community Mental Health Services  
310 8th Street, Suite 201  
Oakland, CA 94607  
Tel: (510) 451-6729

Asian Pacific Fam. Ctr. of Pacific Clinics  
9353 East Valley Boulevard  
Rosemead, CA 91770  
Tel: (626) 287-2988

The Asian American  
Drug Abuse Program  
5318 South Crenshaw Boulevard  
Los Angeles, CA 90043  
Tel: (323) 293-6284

Hamilton Madison House Asian American  
Mental Health & Alcoholism Services  
253 South Street, 2nd Floor  
New York, NY 10002  
Tel: (212) 720-4520

National Asian Pacific American Families  
Against Substance Abuse (NAPAFASA)  
340 East 2nd Street, Suite 409  
Los Angeles, CA 90012  
Tel: (213) 625-5795

Cơ Quan Quốc gia Thanh Hoán Tin Tức về Rượu và Ma túy (National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information, NCADI) có vô số tài liệu Anh Ngữ là những ấn phẩm, băng video và các tài liệu giáo dục giúp cho phụ huynh thảo luận với các con cái về việc sử dụng ma túy. Nếu cần thêm tài liệu về chất cần sa hay là ma túy, xin liên lạc về:

**National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information (NCADI)**  
P.O. Box 2345  
Rockville, MD 20847  
1-800-729-6686  
(TDD Number 1-800-487-4889)  
[www.health.org](http://www.health.org)



Nếu cần thì đã  
sẵn có tài liệu  
đầy đủ chi tiết về  
cần sa ở trên hệ  
thống Internet:

Văn Phòng Chính Sách Kiểm Soát Ma Tuý Toàn Quốc (ONDCP)

[www.whitehousedrugpolicy.gov](http://www.whitehousedrugpolicy.gov)

[www.theantidrug.com](http://www.theantidrug.com) (bằng tiếng Việt)

Partnership For Drug Free America

[www.drugfreeamerica.org](http://www.drugfreeamerica.org)

National Clearinghouse for Alcohol & Drug Information

[www.health.org](http://www.health.org)

Asian American Recovery Services

[www.aars-inc.org](http://www.aars-inc.org)

Asian Community Mental Health Services

[www.acmhs.org](http://www.acmhs.org)

Substance Abuse and Mental Health Services Administration

[www.samhsa.gov](http://www.samhsa.gov)

Center for Substance Abuse Prevention

[www.samhsa.gov/csap](http://www.samhsa.gov/csap)

Muốn biết thêm tin tức bằng tiếng Việt, xin vui lòng gọi số miễn phí  
**(888) 258-3138** hay các số **(301) 468-9340/41**